Сценарий спортивного праздника

«Всей семьёй – к здоровью»

**Цели и задачи:**

1.Укрепления здоровья детей и их родителей.

2.Воспитание любви к физической культуре и спорту, чувству дружбы.

3.Пропаганда здорового образа жизни.

4.Определение сильнейшей команды.

**Место проведения**: спортивный зал.

**Инвентарь:** стойки 3шт., кубики 6(9) шт., палки 3шт., бумага, ручки, 3 воздушных шара, канат, 10 обручей одного цвета, 5 обручей одного цвета, 3 ст.ложки, 3шт. тенис. шарики, 9 кегли, 3мешочка.

**Оформление**: «Спорт - это здоровье», «Спорт – это дружба», «Спорт – это успех», «Всей семьёй – к здоровью».

**Музыкальное сопровождение**: спортивный марш, песни о спорте.

**Участники**: команды – семьи участвуют в количестве 3 – х человек – папа, мама и ребенок – капитан команды.

**Ход праздника.**

**Ведущий**. Внимание! Внимание! Сегодня здесь проходят соревнования необычные, от других отличные **«Папа, мама, я – спортивная семья».** В которых принимают участие наши шустрые дети и их уважаемые родители.

В соревнованиях участвуют команды (представление команд). Поприветствуем наших участников соревнований.

(Команды друг за другом проходят по спортивному залу под музыку и строятся.)

**Ведущий.** Я хочу представить вам наше уважаемое жюри, которое будит оценивать спортивные возможности наших команд (Ф.И.О. ЖЮРИ)

**Ведущий.** Заниматься физкультурой полезно, веселой физкультурой вдвойне. Ведь каждая минута занятия спортом продлевает жизнь человека на 1 час, а веселым на 2. Сегодня мы собрались вместе, чтобы получить заряд бодрости, блеснуть эрудицией и поболеть за те дружные семьи, которые пришли, чтобы принять участие в наших соревнованиях. За волю к победе, честность в борьбе, жюри может добавить 1 балл команде или снять 1 балл за нарушение правил.

**Ведущий.** А сейчас ребята прочитают вам стихи:

**РЕБЕНОК 1.**

Приглашаем всех сейчас.

Праздник спорта и здоровья

Начинается у нас!

Наши мамы, наши папы

На старте вместе с нами!

**РЕБЕНОК 2**. Спорт нам плечи расправляет

Силу, ловкость нам дает.

Он нам мышцы развивает

На рекорды нас зовет.

**РЕБЕНОК 3.** А пришли сегодня

Все, конечно, победить!

Все команды, все герои

В этом могут убедить!

**РЕБЕНОК 4.** Полюбите физкультуру

Папы, мамы, дети.

Воздух, спорт и витамины

Всем нужны на свете.

**РЕБЕНОК 5.**Если хочешь быть умелым,

Ловким, быстрым,

Сильным, смелым.

Научись любить скакалку,

Мячик, обручи и палки.

**Ведущий.** Я хочу ребятам задать вопрос:- « Как вы думаете, кто в вашей семье самый сильный, храбрый, выносливый? Правильно папа. Поэтому капитанами команд будут наши папы.

Соревнуйтесь не робея.

Пусть победа нелегка,

Но надейтесь на удачу –

И она придёт всегда!

Для того чтобы приступить к выполнению заданий.

Вы друг другу улыбнитесь,

На разминку становитесь.

(Команды выходят на разминку «Танец»)

**Ведущий.**Размялись хорошо!

Праздник веселый пошел.

Ждут нас новые заданья,

Непростые испытания.

А вот и первое из них.

***ЭСТАФЕТА №1.*«СОРОКОНОЖКА»**

От линии старта по сигналу папа бежит до ориентира, обегает его, возвращается берет маму, оба бегут до ориентира, так же обегают его и бегут за ребенком и все вместе бегут на свое место.

**Ведущий.** Молодцы! Следующие задание, давайте проверим, чья команда самая ловкая.

***ЭСТАФЕТА №2.*«УДЕРЖИ РАВНОВЕСИЕ»**

Каждая команда получает 2 (3) кубика. Поставить кубики один на другой и взявшись за нижний кубик, пронести их по всему маршруту до ориентира вперед и назад.

**Ведущий.**

Если хочешь быть здоровым,

И ни капли не хворать,

Надо спортом заниматься,

Плавать, бегать и скакать!

А сейчас наши команды превратятся в лихих наездников.

***ЭСТАФЕТА №3.* « СКАЧКИ»**

Участники скачут на «лошадке» (гим. палке) до ориентира и обратно.

**Ведущий.** Объявляю следующие задание - конкурс **«ПРЕМУДРОСТИ»**

Каждой команде раздаются карандаш и бумага. Жюри засекает время 2 минуты. За это время родители должны написать на листе названия различных видов спорта.

**Ведущий.** Пока жюри подводит итоги, я проведу игру со зрителями. Я буду загадывать загадки, а вы хором отвечать.

**ЗАГАДКИ.**

1. Меня хлопали лопатой,

Меня сделали горбатой,

Меня били, колотили,

Ледяной водой облили,

А потом с меня крутой,

Все скатились гурьбой. (горка)

1. Ног от радости не чуя,

С горки снежной вниз лечу я!

Стал мне спорт родней и ближе.

Кто помог мне в этом. (лыжи)

1. На рояль я не похож,

Но педаль имею тоже

Кто не трус и не трусиха,

Прокачу того я лихо.

У меня мотора нет.

Как зовусь Я? (велосипед)

1. Взял дубовых 2 бруска,

Два железных полозка,

На бруски набил я планки,

Дайте снег! Готовы…(санки)

5. Обгонять друг друга рады,

Ты смотри дружок, не падай!

Хороши они, легки, быстроходные…(коньки)

6. Он лежать совсем не хочет,

Если бросишь - он подскочит.

Бросишь снова, мчится вскачь.

Отгадай, что это? (мяч)

7. Силачом я стать хочу.

Прихожу я к силачу:

- Расскажите вот о чём –

Как вы стали силачом?

Улыбнулся он в ответ:

- Очень просто. Много лет

Ежедневно, встав с постели,

Поднимаю я …(гантели)

8. Во дворе с утра игра,

Разыгралась детвора.

Крики: «шайбу!», «мимо!», «бей!»

Значит там игра …(хоккей)

9. По пустому животу

Бьют меня невмоготу;

Метко сыплют игроки

Мне ногами тумаки. (футбол)

10. Палка в виде запятой

Гонит шайбу пред собой.(клюшка)

**Ведущий**. Ребята, вы ведь любите сказки и сказочных героев? Вот сейчас послушайте загадку об одном сказочном герое.

Толстяк живет на крыше

Летает он всех выше.

**(КАРЛСОН)**

Слышится жужжание, и в дверь «влетает**» КАРЛСОН,**

у него в руках воздушные шары.

**Карлсон.** Привет, друзья! Можно мне здесь на минуточку приземлиться?

**Ведущий**. Да, пожалуйста.

**Карлсон.** Друзья, а вы меня узнали?

Дети. Да.

**Карлсон.** Правильно меня зовут Карлсон (здоровается с детьми за руку). Я красивый и в меру упитанный мужчина. А что вы здесь делаете?

**Ведущий.** У нас спортивный праздник. Мы здесь бегаем, играем.

**Карлсон.** Я тоже люблю спортивные праздники. Ведь саамы лучший в мире бегун кто?

**Ведущий.** Кто?

**Карлсон.** Лучший в мире бегун – Карлсон, который живет на крыше!

**Ведущий.** Вот здорово! Присоединяйся к нам!

**Карлсон.** С удовольствием (каждой команде вручает по шарику). Я знаю одну очень веселую эстафету.

***ЭСТАФЕТА №4* «ЛОВКАЯ ПАРА»**

Участвуют папа и мама. Пронести воздушный шар, удержать его лбами, став на против друг друга. До ориентира и обратно. А ребята поддержат родителей.

**Ведущий**. Карлсон, ты доволен результатами этой эстафеты?

**Карлсон.** Да, конечно!

**Ведущий.** А ты сам – то умеешь бегать?

**Карлсон.** (достает из кармана пакет с конфетами) Что – то мне сладенького захотелось.

**Ведущий.** Подожди, Карлсон, я знаю очень интересный самый вкусный конкурс.

**«САМЫЙ ВКУСНЫЙ КОНКУРС»**

Сейчас наши родители покормят своего ребенка конфетой.

1 этап – папы с завязанными глазами подходят к стулу, берут с него конфету, развязывают глаза и бегут назад, отдают конфету маме.

2 этап – мама бежит к ориентиру, развертывая конфету, обегают ориентир и возвращаются, отдают конфету.

3 этап – ребенок съедает конфету.

**ЗАГАДКИ.**

1. Зеленый луг, 100 скамеек вокруг, от ворот до ворот, бойко бегает народ, а на воротах этих - натянуты сети.(стадион)

2. Вот спортсмены на коньках, упражняются в прыжках. И сверкает лед искристо, те спортсмены… (фигуристы)

3. Есть у нас коньки одни, только летние они. По

асфальту мы катались и довольными остались. (ролики)

4. Кинешь в речку – он не тонет, бьёшь о стену, он не стонет, будишь о землю кидать – станет кверху он леать. (мяч)

5. Кто тот снаряд спортивный крутит, тот очень стройным скоро будет.(обруч)

6. Пламя полыхает, 5 колец сияют. Праздник для народа, раз в 4 года. Праздник тот спортивный, древний, яркий, дивный.(олимпиада)

7.Нелегко ее добыть, надо храбрым в схватке быть, только тем она дается, до последнего кто бьётся!(победа)

***ЭСТАФЕТА №5*«БЫСТРЫЕ НОГИ ЛОВКИЕ РУКИ»**

Оббегая кегли (стойки) змейкой пронести теннисный шарик в ложке и передать эстафету следующему.

**ПЕРЕТЯГИВАНИЕ КАНАТА**

**Ведущий.** На этом конкурсе наши спортивные соревнования окончены.

Слово жюри. Награждение грамотами, сладкими призами.

**Ведущий.**

Всем спасибо за внимание

За задор и звонкий смех

За огонь соревнования

Обеспечивай успех.

Вот настал момент прощанья,

Будет краткой наша речь

Говорим всем – до свиданья,

До счастливых новых встреч!